

**HUBUNGAN STABILITAS EMOSI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
DIMODERASI OLEH STATUS AKTIVITAS**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Program Studi Magister Psikologi Sains**



Disusun oleh :

**SITI FATIMAH
NIM : 201610440211027**

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Juni 2018**

**HUBUNGAN STABILITAS EMOSI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
DIMODERASI OLEH STATUS AKTIVITAS**

**SITI FATIMAH
201610440211027**

Telah disetujui
Pada hari/tanggal, Selasa / 05 Juni 2018

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Dr. Latipun


Dr. Diah Karmiyati

Direktur
Program Pascasarjana

Ketua Program Studi
Magister Psikologi




Dr. Diah Karmiyati

TESIS

SITI FATIMAH
201610440211027



Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Selasa / 05 Juni 2018
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

Ketua / Penguji : Dr. Latipun
Sekretaris / Penguji : Dr. Diah Karmiyati
Penguji : Dr. Iswinarti
Penguji : Dr. Nida Hasanati

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **Siti Fatimah**

NIM : **201610440211027**

Program Studi : **Magister Psikologi Sains**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **HUBUNGAN STABILITAS EMOSI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DIMODERASI OLEH STATUS AKTIVITAS** adalah karya saya. Dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 05 Juni 2018

Yang menyatakan,



SITI FATIMAH

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamiin, puja dan puji syukur kepada Allah Swt yang telah memberikan kekuatan dan ridhoNya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Hubungan Stabilitas Emosi dengan Kualitas Hidup Lansia Dimoderasi oleh Status Aktivitas” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Psikologi Sains (M.Si) di Universitas Muhammadiyah Malang. Tesis ini dapat selesai dengan baik karena penulis mendapat bimbingan dan dukungan dari banyak pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Fauzan, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang
2. Bapak Akhsanul In'am, Ph.D selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang
3. Bapak Dr. Latipun selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu dan berkontribusi besar dalam membimbing tesis ini dari awal sampai selesai. Semua ilmu yang Bapak berikan sangat bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan baik.
4. Ibu Dr. Diah Karmiyati, Psikolog selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus Dosen Pembimbing II yang sangat membantu memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik. Motivasi yang terus diberikan pada penulis menjadi kekuatan dalam menyempurnakan tesis ini.
5. Para dosen Magister Psikologi yang telah memberikan ilmu berharga selama penulis belajar di kelas perkuliahan pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
6. Bapak dan Ibu ketua pengurus PWRI, Ibu-Ibu Aisyiyah pensiunan PNS, Pengurus dan Seluruh Anggota Lansia di Banyuwangi serta semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penelitian.
7. Kedua orang tuaku tercinta Abah Sy. Alwi Alaydrus, Ummi Suryani Alaydrus, dan adikku Sy.Nizar Ali Alaydrus yang tiada henti memberikan doa terbaik, motivasi secara mental, moral dan dukungan secara materi sehingga tesis ini dapat selesai.
8. Saudara serta sahabat kelas A Magister Psikologi Sains yang telah banyak memberikan motivasi dan menjadi partner bagi penulis.
9. Keluarga keduaku ALADDIN Mbak Denise Permata Sari dan saudaraku Ega Yahya Fadhillah yang tiada henti memberikan motivasi dari awal penulisan tesis hingga selesai.

10. Ustadz Ustadzah serta murid-murid SD Muhammadiyah 18 Kalibaru yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat.
11. Segenap Pimpingan Cabang Muhammadiyah Kalibaru-Banyuwangi dan ayunda-ayunda Nasyiatul Aisyiyah, serta seluruh jajaran persyarikatan Muhammadiyah Kalibaru-Banyuwangi yang telah banyak membantu dari doa dan dukungan semangat.
12. Sahabat-sahabat terbaik Navy Tri Indah Sari, Raimunda Thawil, Isma Dhara, Ekamala Cahya yang selalu memberikan semangat pada penulis.

Malang, 05 Juni 2018

Penulis

Siti Fatimah



**HUBUNGAN STABILITAS EMOSI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
DIMODERASI OLEH STATUS AKTIVITAS**

**Siti Fatimah
NIM 201610440211027**



**Pembimbing 1: Dr. Latipun
Pembimbing 2: Dr. Diah Karmiyati**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI SAINS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2018

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
DAFTAR ISI.....	ii
ABSTRAK.....	iii
PENDAHULUAN	
Latar Belakang	1
KAJIAN PUSTAKA	
Perspektif Islam	4
Perspektif Teori.....	5
Hubungan Stabilitas Emosi dengan Kualitas Hidup.....	6
Stabilitas Emosi, Status Aktivitas dan Kualitas Hidup	7
Kerangka Berpikir	8
Hipotesis	8
METODE PENELITIAN	
Rancangan Penelitian.....	8
Subjek Penelitian	8
Instrumen Penelitian	9
Prosedur Penelitian	10
Teknik Analisis Data.....	11
HASIL PENELITIAN	
Deskripsi Variabel Penelitian	11
Uji Hipotesis	11
Pembahasan	14
KESIMPULAN DAN IMPLIKASI	
Kesimpulan	16
Implikasi	16
Daftar Pustaka	17

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian	9
Tabel 2. Mean dan standar deviasi.....	11
Tabel 3. Hasil regresi moderasi	12



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Model hubungan $X \rightarrow Y$ dan M	8
Gambar 2. Hasil regresi moderasi	12
Gambar 2. Grafik Moderasi	13



ABSTRAK

Hubungan Stabilitas Emosi dengan Kualitas Hidup Lansia Dimoderasi oleh Status Aktivitas.

Siti Fatimah

Magister Psikologi Sains Universitas Muhammadiyah Malang

201610440211027

alaydrussyarifah@gmail.com

Cp:087859676440

Banyak lansia yang tidak dapat mencapai taraf kualitas hidup yang tinggi. Kondisi emosi yang stabil menjadi prediktor kualitas hidup masa lansia. Dukungan dan keterlibatan aktivitas sosial dan keluarga dapat menentukan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah status aktivitas dapat memoderasi hubungan antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup pada lansia. Subjek dari penelitian ini sejumlah 130 lansia pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS) dengan rentang usia 60-80 tahun. Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan skala *Emotion Reactivity Scale* (ERS-21) untuk mengukur stabilitas emosi, dan *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL) untuk mengukur kualitas hidup lansia. Analisis data menggunakan *Moderated Regression Analysis*. Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup lansia ($\beta=0,17$; $p=0,04$). Status aktivitas dalam penelitian ini berfungsi memperkuat hubungan antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup ($\beta=1,82$; $p=0,01$).

Kata kunci: Kualitas hidup, stabilitas emosi, lansia.



THE CORRELATION BETWEEN EMOTION STABILITY AND QUALITY OF LIFE AMONG THE ELDERLY PEOPLE MODERATED BY ACTIVITY STATUS

Siti Fatimah

201610440211027

Master Program of Psychological Science – University of Muhammadiyah Malang

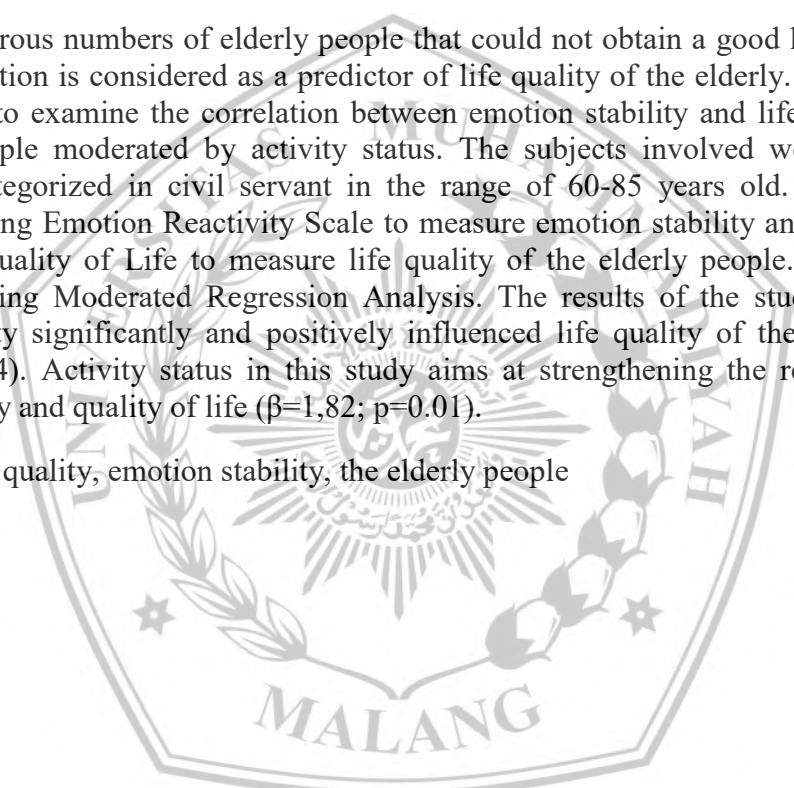
alaydrussyarifah@gmail.com

CP: 087859676440

ABSTRACT

There are numerous numbers of elderly people that could not obtain a good life quality. The stability of emotion is considered as a predictor of life quality of the elderly. The purpose of this study was to examine the correlation between emotion stability and life quality among the elderly people moderated by activity status. The subjects involved were 130 elderly people who categorized in civil servant in the range of 60-85 years old. The data were collected by using Emotion Reactivity Scale to measure emotion stability and World Health Organization Quality of Life to measure life quality of the elderly people. The data were analyzed by using Moderated Regression Analysis. The results of the study showed that emotion stability significantly and positively influenced life quality of the elderly people ($\beta=0,17$; $p=0,04$). Activity status in this study aims at strengthening the relation between emotion stability and quality of life ($\beta=1,82$; $p=0.01$).

Keywords: life quality, emotion stability, the elderly people





PENDAHULUAN

Belakangan ini masyarakat memfokuskan pada persoalan kualitas hidup. Konsep kualitas hidup mengarah kepada keadaan individu yang dapat merasakan dan menikmati segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya menuju sejahtera (Farquhar, 1995). Mengkaji kualitas hidup dapat dilakukan dari berbagai rentang usia mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia. Periode lansia sebagai penutup dalam rentang hidup memerlukan perhatian yang lebih untuk meningkatkan kualitas hidup (Lu, 2012). Kualitas hidup lansia mencakup kepuasan hidup tentang segala sesuatu yang telah dialami, pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki, serta lingkungan sosial yang mendukung (Freund & Baltes, 1998).

Kualitas hidup berhubungan dengan pola pikir mengenai kepuasan hidup di masa sebelumnya dan kesiapan menghadapi masa akhir dalam hidupnya (Week, 2016). Lansia dengan kualitas hidup yang tinggi ditandai dengan kemampuannya berpikir positif tentang kehidupannya, sedangkan kualitas hidup yang rendah cenderung mengalami kekhawatiran dan kecemasan dalam menghadapi masa akhir hidupnya (Kerkhof, Rurup, & Geodart, 2011).

Memasuki fase lansia artinya mengalami perubahan fisik, kognitif, dan sosial. Perubahan secara fisik di antaranya ditandai dengan rambut yang mulai beruban, pendengaran dan penglihatan yang mulai berkurang, dan munculnya berbagai penyakit yang belum pernah diderita pada masa muda. Perubahan secara kognitif antara lain ditandai dengan penurunan kemampuan pemahaman, kemampuan berfikir, serta kekuatan memori. Perubahan sosial ditandai dengan berkurangnya peran aktif di lingkungan masyarakat (Wurm, Warner, Ziegelmann, Wolff, & Schuz, 2013).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia bukan merupakan penghambat tetapi untuk melakukan hal yang berguna bagi pribadinya, keluarga, dan lingkungan sosialnya (Hajek et al., 2017; Reich, Zautra, & Hill, 1987). Hal yang menjadi perhatian untuk meningkatkan kualitas hidup lansia adalah kemampuan penyesuaian perubahan fisik, kognitif, dan psikososial untuk dapat

mengeksplorasi kemampuan yang dimiliki dan mengaktualisasikan diri (Perez, Abreu, & Ocana, 2017).

Kualitas hidup pada lansia merupakan fungsi dari berbagai macam faktor seperti keterampilan penyesuaian diri, dukungan sosial, fungsi keluarga, dan pengelolaan emosi. Diantara faktor yang mempengaruhi tersebut bahwa emosi sangat penting dalam kualitas hidup lansia. Lansia dengan keterampilan mengelola emosi dilaporkan sebagai prediktor signifikan terhadap kualitas hidup (Scheibe & Carstensen, 2017). Pengelolaan emosi yang baik dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif dan kualitas hidup. Lansia yang memiliki keterampilan emosi mampu merespon emosi secara lebih stabil (Kim, 2012).

Sistem emosi yang baik berkaitan dengan sistem kognitif yaitu kekuatan memori untuk meningkatkan aspek regulasi emosi dan kesadaran diri (Frias, 2017). Lansia dengan stabilitas emosi yang tinggi dapat lebih menguasai pikiran dan mendorong produktivitas (Proctor, Maltby, & Linley, 2011). Sebaliknya lansia dengan emosi yang kurang stabil ditandai dengan beberapa indikator yaitu murung, marah, dan cenderung berlebihan dalam menanggapi permasalahan (Brose, 2013).

Stabilitas emosi dalam penelitian ini mengarah pada perubahan-perubahan emosi dalam menghadapi situasi dari dalam diri maupun luar dirinya khususnya pada pensiunan. Selama bertahun-tahun lansia bekerja melakukan aktivitas dan menghasilkan pendapatan untuk kehidupan sehari-hari, pensiun menjadi faktor perubahannya. Salah satu pengaruh transisi dari masa kerja ke pensiun adalah berkurangnya pendapatan yang menyebabkan ketidakseimbangan dalam kehidupan sehari-hari (Stanila, 2015).

Beragam fenomena psikologis yang muncul saat pensiun dapat ditinjau dari aspek fisik, emosi, dan perilaku. Aspek fisik seperti mudah lelah dan rentan sakit. Aspek emosi seperti merasa kebingungan tentang apa yang harus dilakukan setelah tidak memiliki kesibukan sebagaimana biasanya, munculnya rasa kesepian, merasa diasingkan dari lingkungan masyarakat, lebih sering terlihat murung. Aspek perilaku ditandai dengan kecenderungan mudah tersinggung dan

menarik diri dari masyarakat, merasa malu berbaaur dengan lingkungan (Allemand, Steiger, & Hill, 2013).

Aktivitas yang dilakukan para lansia pada dasarnya dapat diklasifikasikan jenis aktivitasnya dalam dua bentuk yaitu aktivitas sosial maksudnya adalah kelompok lansia yang memiliki keterlibatan aktif pada kegiatan sosial di lingkungan masyarakat dan aktivitas domestik merupakan kegiatan yang berfokus di lingkungan keluarga atau rumah.

Penelitian mengenai pengaruh aktivitas dengan kesejahteraan hidup lansia diantaranya lansia minoritas Yi kuno (Cina) secara signifikan lebih rendah kemampuan melakukan aktivitas keseharian daripada penduduk lokal di provinsi Yunnan dan rekan-rekan lansia di Hangzhou. Faktor penurunan kemampuan kognitif menjadi penyebab rendahnya kemampuan *Activity Daily Living* (ADL) (Lingyun Ran, 2017). Aktivitas perkumpulan lansia salah satunya pembentukan komunitas peduli kesehatan dan relasi bagi kaum veteran memberikan dukungan positif dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia (Maataoui, Hardwick, & Lundquist, 2017).

Lansia yang terlibat dalam komunitas tertentu menunjukkan kualitas hidupnya sangat baik. Interaksi dengan lingkungan keluarga dan lingkungan sosial merupakan hal penting bagi lansia (Leung, Wu, Lue, & Tang, 2004). Kegiatan sosial yang beragam seperti melakukan hobi, berperan aktif dalam kegiatan sosial, atau menghabiskan waktu dengan keluarga dapat mempengaruhi aspek kesejahteraan lansia. (Huxhold & Benjamin, 2017).

Kelompok lansia yang memiliki keterlibatan sosial yang tinggi memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik sedangkan kelompok lansia yang kurang aktif dalam kegiatan sosial memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi (Croezen, Nies, & Alvarado, 2009). Intensitas bertemu dan bersosialisasi dengan rekan lansia dapat mengurangi efek negatif dari fenomena lansia dengan seringnya bertukar pikiran tentang permasalahan serupa yang dialami (Bonk, 2016).

Aktivitas domestik yang ditunjukkan dalam beberapa penelitian pada lansia terkait peran pengasuhan, kegiatan di rumah seperti mengurus rumah,

bersantai bersama keluarga, dan melakukan hobi memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup (Oliveira, Barbosa, Mattioda, & Guerra, 2017). Berbagai aktivitas yang dilakukan di rumah juga memberikan rasa kepuasan tinggi pada beberapa lansia. Mereka cenderung memiliki waktu luang yang lebih banyak untuk dapat melakukan kegiatan yang membuat hidup lebih nyaman dan berkualitas (Saini, 2013).

Lansia yang memiliki keterlibatan sosial maupun domestik keduanya tidak terlepas dari aktivitas fisik, misalnya olah raga ringan yang dapat meningkatkan kesehatan dan kemampuan psikomotorik. Kegiatan tersebut bisa dilakukan di posyandu lansia, komunitas senam, maupun dilakukan mandiri tanpa kelompok. Kegiatan lainnya seperti membaca, bertukar pikiran dan pengalaman, serta menulis memiliki manfaat dalam mempertahankan fungsi kognitif. Otak yang sering dilatih dan dirangsang melalui aktivitas kognitif bermanfaat untuk mencegah masa disabilitas dini (Perez et al., 2017).

Dari berbagai penelitian di atas bahwa status aktivitas pada lansia memberikan dampak yang beragam terhadap kualitas hidup. Penelitian ini perlu dikaji karena hasil dari beberapa penelitian mengenai status aktivitas lansia memiliki hasil yang tidak konsisten. Penelitian ini penting dikarenakan masih sedikit ditemukan penelitian yang membedakan status aktivitas lansia dari keterlibatan aktif di lingkungan sosial dan domestik khususnya untuk kalangan lansia pensiunan.

Dari permasalahan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana status aktivitas pada lansia dapat memoderasi hubungan langsung antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup. Penelitian ini mengklasifikasikan status aktivitas kedalam aktivitas sosial dan domestik. Kualitas hidup lansia menjadi perhatian utama karena dalam diri lansia terdapat banyak kemampuan yang masih bisa berfungsi optimal dan bermanfaat bagi kalangan dibawahnya.

KAJIAN PUSTAKA

Perspektif Islam

Allah SWT dalam Al-Quran berfirman yang artinya: “Dan barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian (nya), maka apakah mereka tidak memikirkan?”(QS. Yaasin: 68). Ayat ini menjelaskan bahwa suatu nikmat yang besar bagi manusia yang diberikan karunia umur hingga menjadi tua. Barang siapa yang dipanjangkan umurnya sampai lansia dikembalikan menjadi lemah seperti keadaan semula. Ini adalah kodrat yang tidak dapat ditolak siapapun. Allah SWT menunjukkan dengan beberapa perubahan seperti rambut yang memutih, penglihatan mulai kabur, berkurangnya kemampuan pendengaran dan kulit yang mulai keriput.

Hal ini bukan berarti lantas pasrah dan tidak menggunakan waktu lansia dengan baik, justru Allah SWT memberikan nasehat bagi lansia untuk senantiasa melakukan kebaikan dengan selalu mengingat Allah SWT, melakukan kebajikan sehingga dapat melalui hari tua dengan baik dan bermanfaat di dunia dan akhirat kelak. Konsep ini sejalan dengan pencapaian kualitas hidup pada lansia yang menitikberatkan pada keberfungsian individu untuk keluarga dan lingkungan sekitarnya. Lansia yang memiliki kualitas hidup yang tinggi cenderung memberikan manfaat kepada sekitarnya melalui kemampuan yang dimilikinya.

Perspektif Teori

Dalam kajian psikologi sosial, aktivitas masa lansia digambarkan sebagai berikut: *Disengagement theory*, penarikan bertahap dari interaksi sosial dan aktivitas merupakan hal yang wajar dialami oleh lansia. *Activity and role theory*, pemeliharaan peran dan aktivitas sosial yang bermakna bagi seseorang untuk meningkatkan kesejahteraan di masa lansia. *Continuity theory*, individu membuat adaptasi perubahan masa lalu dengan masa kini untuk menjaga kesejahteraan psikologis mereka (Utz, Carr, Nesse, & Wortman, 2018).

Teori ini menjelaskan bahwa lansia dengan berbagai aktivitas yang dilakukan baik itu aktivitas domestik maupun aktivitas sosial merupakan upaya

untuk tetap dapat mempertahankan kesejahteraan individu. Lansia yang memiliki aktivitas cenderung lebih mampu mengatasi permasalahan, menerima dan menyesuaikan diri dengan segala perubahan, dan terus mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya dibandingkan dengan lansia tanpa aktivitas. Hal ini berarti bahwa status aktivitas memiliki peran penting dalam meningkatkan stabilitas emosi dengan kualitas hidup pada masa lansia.

Hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup

Persepsi lansia terhadap keadaan dirinya, segala bentuk perubahan yang dialami, serta stabilitas emosi berkorelasi secara positif dengan kepuasan hidup (Kiarsipour, Borhani, Esmaeili, & Zayeri, 2017). Penelitian yang membedakan kualitas hidup lansia yang tinggal di desa dan di kota menunjukkan kedua komunitas memiliki perasaan kesepian yang sama dan persepsi yang sedikit negatif tentang kesehatan dan kualitas hidup. Kelompok lansia menganggap penuaan sebagai tempat yang sangat penting dan membutuhkan lebih banyak dukungan dari lingkungannya (Paul, Fonseca, Martin, & Amado, 2003). Penyesuaian diri yang baik terhadap usia tua merupakan aspek penting dalam kestabilan emosi lansia. Lansia dengan stabilitas emosi yang tinggi berpengaruh terhadap kebahagiaan, moral, dan kepuasan hidup (Efklides, Kalaitzidou, & Chankin, 2003).

Kestabilan emosi cenderung tinggi pada lansia meskipun ada penurunan terkait kesehatan. Kendala pengelolaan emosi diprediksi sebagai prediktor perbedaan individu dan perubahan pada kesejahteraan subyektif dan kualitas hidup. Kesehatan dan kestabilan emosi memiliki persentase yang lebih tinggi dalam menentukan tingginya kualitas hidup lansia (Kunzmann, Little, & Smith, 2000). Efek moderasi gender dan aktivitas sosial pada lansia memprediksi kualitas hidup. Lansia wanita cenderung berada pada tingkat kualitas hidup yang tinggi dibandingkan laki-laki walaupun statusnya adalah janda. Wanita cenderung memiliki keterampilan sosial dan kekuatan diri yang tinggi dibanding laki-laki (Cheng & Chan, 2017).

Respon emosional terhadap interaksi sosial lansia bervariasi sesuai dengan konteks pengalaman sosial sehari-hari serta pengalaman sosial dari waktu ke

waktu (Mejia & Hooker, 2015). Para lansia yang tinggal dirumah dinas memiliki kecerdasan emosional lebih tinggi dan lebih puas secara pribadi dibandingkan lansia yang tinggal di rumah. Kepuasan hidup berbeda secara signifikan dalam kaitannya dengan kecerdasan emosional dan kepuasan hidup (Pareek & Kush, 2015). Perasaan positif berkorelasi signifikan dengan kualitas hidup dan persepsi kepuasan hidup keluarga sedangkan perasaan negatif berkorelasi negatif dengan kualitas hidup (Pethtel & Chen, 2010). Masa lansia dikaitkan dengan kesejahteraan emosional secara lebih positif, dengan stabilitas emosional yang lebih tinggi dengan kompleksitas yang lebih banyak seperti kepribadian, dan kesehatan fisik (Carstensen et al., 2011).

Stabilitas emosi, status aktivitas dengan kualitas hidup

Dukungan sosial keluarga dan teman berkorelasi positif dengan kualitas hidup. Lansia yang tinggal dengan pasangan dan anak mereka memiliki nilai yang lebih baik dibandingkan dengan yang tinggal sendiri (Unsar, Erol, & Sut, 2016). Aktivitas yang dilakukan oleh lansia dalam kehidupan sehari-hari menunjukkan pengaruh yang kuat dalam mencapai kepuasan dan kualitas hidup. Aktivitas fisik dan sosial yang baik pada lansia meningkatkan harapan hidup dibandingkan dengan lansia tanpa aktivitas (Maher & Conroy, 2017). Lansia yang tanpa aktivitas seringkali memiliki kualitas hidup yang kurang baik, misalnya kelemahan fisik, kelemahan psikologis (*feeling down*) dan kelemahan sosial (kurangnya dukungan sosial) (Gobbens & Assen, 2014).

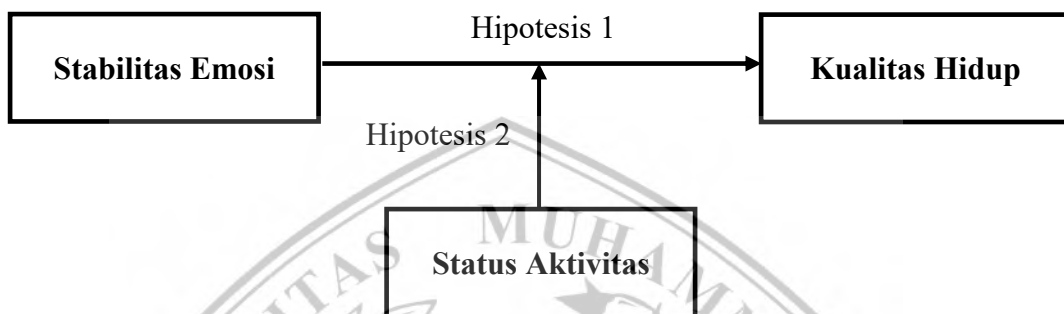
Hubungan sosial dengan kerabat dan teman yang baik seperti seringnya bertukar pendapat seputar penuaan yang dialami dapat meningkatkan pemahaman yang lebih baik dan kualitas kehidupan yang tinggi (Jokinen, 2014). Kesuksesan masa lansia juga dipengaruhi oleh pendekatan psikologis seperti efikasi diri, optimisme, kestabilan emosi, regulasi diri, serta manajemen waktu yang tepat untuk melakukan kegiatan yang bermakna dan membahagiakan (Bowling & Illife, 2011).

Dengan adanya kategori status aktivitas yang dibedakan dalam keterlibatan aktif sosial dengan aktif domestik diharapkan dapat memberikan efek moderasi terhadap hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup. Lansia yang

aktif dalam sosial maupun domestik diduga terbukti tingkat perbedaannya dalam mencapai kualitas hidup.

Kerangka berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini yaitu hubungan antara variabel X dengan Y, variabel M (moderasi) terhadap hubungan variabel X dengan Y. Kerangka berpikir secara jelas dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Model hubungan $X \rightarrow Y$ dan M

Hipotesis

Hipotesis 1: Stabilitas emosi berkorelasi positif dengan kualitas hidup lansia

Hipotesis 2: Status aktivitas (aktif sosial dan aktif domestik) memoderasi hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup lansia

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan hubungan fenomena dan variabel penelitian (Creswell, 2012). Pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui kedekatan antarvariabel dan sejauh mana pengaruh stabilitas emosi dengan kualitas hidup yang dimoderasi oleh status aktivitas.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini dengan karakteristik lansia berusia sekitar 60 – 85 tahun yang berstatus pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Sampel dalam penelitian ini sebanyak 130 lansia yang terdiri dari lansia pensiunan yang aktif dalam kegiatan sosial sebanyak 68 lansia dan aktif dalam kegiatan domestik sebanyak 62 lansia. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *purposive sampling* sebagai pertimbangan (Creswell, 2012).

Penetapan status aktivitas ini dikategorikan dalam beberapa kegiatan keterlibatan lansia dalam sosial dan keluarga. Lansia yang dikategorikan dalam aktivitas sosial adalah lansia yang masih terlibat aktif sebagai pengurus kelompok lansia, anggota aktif perkumpulan lansia, memiliki keterlibatan dalam kegiatan masyarakat dan keagamaan seperti mengajar dalam Taman Pendidikan Al-Quran (TPA/TPQ), serta aktif dalam kegiatan bakti sosial yang diadakan oleh perkumpulan lansia. Lansia yang aktif domestik adalah lansia yang hanya fokus pada kegiatan rumah seperti pengasuhan cucu dan kegiatan yang hanya berfokus dalam lingkungan rumah (keluarga). Karakteristik subjek penelitian secara rinci dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian (N=130)

Karakteristik Umum	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	60	46,2
Perempuan	70	53,8
Usia		
60-69 tahun	54	41,6
70-79 tahun	74	56,9
80-89 tahun	2	1,5
Status Aktivitas		
Aktif sosial	68	52,3
Aktif domestik	62	47,7

Instrumen Penelitian

Kualitas hidup diukur dengan skala *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL). Tujuan instrumen ini untuk menilai kualitas hidup secara spesifik untuk lansia. Terdiri dari 26 item, 18 item mengukur kesehatan fisik dan

psikologis, 8 item mengukur kepuasan sosial. Disusun dalam format skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu 1 (sangat tidak setuju) sampai 4 (sangat setuju). Contoh item: “Saya puas dengan keadaan kesehatan diri saya”. Pada skala WHOQOL item-item yang tersebar mengukur secara rinci aspek-aspek kualitas hidup. WHOQOL memiliki konsistensi internal dengan koefisien *Cronbach alpha's* sebesar 0,86.

Stabilitas emosi diukur dengan skala *Emotion Reactivity Scale* (ERS; Scheibe & Carstensen, 2017). Tujuan instrumen ini untuk menilai kondisi emosi yang muncul dari dalam maupun dari luar individu. Skala ERS terdiri dari 21 item yang terdiri dari 11 item mengukur respon emosi, 7 item mengukur reaksi emosi, dan 3 item mengukur regulasi emosi. Disusun dalam format skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu 1 (sangat tidak setuju) sampai 4 (sangat setuju). Contoh item: “Saat sesuatu yang buruk terjadi, mood saya berubah sangat cepat”. ERS ini dirancang untuk menilai pengalaman emosi individu. Skor yang tinggi mengindikasikan stabilitas yang tinggi pada lansia. *Emotion Reactivity Scale* (ERS) memiliki konsistensi internal dengan koefisien *Cronbach alpha's* sebesar 0,85.

Status aktivitas lansia dalam penelitian ini dimasukkan dalam data demografis yang diidentifikasi dari dua komponen aktivitas lansia. Ragam aktivitas yang dibedakan adalah keterlibatan sosial dan domestik. Keterlibatan sosial maksudnya lansia yang masih terlibat aktif sebagai pengurus kelompok lansia, anggota aktif perkumpulan lansia, memiliki keterlibatan dalam kegiatan masyarakat dan keagamaan serta kegiatan sosial yang diadakan oleh perkumpulan lansia. Keterlibatan domestik artinya kegiatan lansia berfokus pada lingkup rumah dan keluarga, misalnya pengasuhan cucu, menghabiskan waktu untuk melakukan hobi di rumah, dan aktivitas lain yang ada di dalam rumah.

Hal ini dimaksudkan sebagai penguat data identitas subjek dalam mengkategorikan kedua kelompok yang menjadi variabel moderasi. Dengan demikian status aktivitas ini didasarkan atas pengakuan subjek terkait dengan kegiatan sehari-harinya di rumah atau di masyarakat.

Prosedur Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini diawali dengan menetapkan responden sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan yaitu lansia pensiunan yang dibedakan menjadi 2 kriteria berdasarkan status aktivitas yaitu aktif dalam kegiatan sosial dan aktif domestik, selanjutnya sebelum melakukan penelitian terlebih dahulu dilakukan uji coba terhadap skala, untuk mencari validitas dan reliabilitas alat ukur. Subjek penelitian yang memenuhi kriteria kemudian masuk dalam analisa data. Peneliti menjelaskan tentang prosedur pengisian skala kepada subjek dengan baik dan membantu mengisi skala bagi lansia yang memiliki keterbatasan lebih tinggi dibanding yang lain.

Teknik Analisis Data

Untuk Menguji hubungan antara variabel independen, variabel dependen, dan variabel moderating digunakan analisis linier berganda, sedangkan untuk menguji hubungan antar variabel yang dalam hubungannya tersebut terdapat faktor yang memperlemah atau memperkuat (variabel moderasi) pengujiannya menggunakan *Moderated Regression Analysis* (MRA) yaitu merupakan aplikasi khusus regresi linier berganda dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi (perkalian dua atau lebih variabel independen) (Hayes, 2013).

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Variabel Penelitian

Berdasarkan uji analisis statistik, diperoleh hasil deskriptif data mean dan standar deviasi pada variabel stabilitas emosi ($M=2,72$; $SD=0,36$), variabel kualitas hidup ($M=2,88$; $SD=0,24$). Rangkuman ringkas pada Tabel 2.

Tabel 2. Mean dan standar deviasi ($N=130$)

Status aktivitas	<u>Stabilitas emosi</u>		<u>Kualitas hidup</u>	
	M	SD	M	SD
Aktif sosial	2,72	0,36	2,88	0,24
Aktif domestik	1,36	0,50	1,35	0,51

Catatan: M = Mean atau rata-rata; SD = Standar Deviasi

Uji Hipotesis

Hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup ($\beta=0,17$; $p=0,04$), sehingga hipotesis pertama diterima.

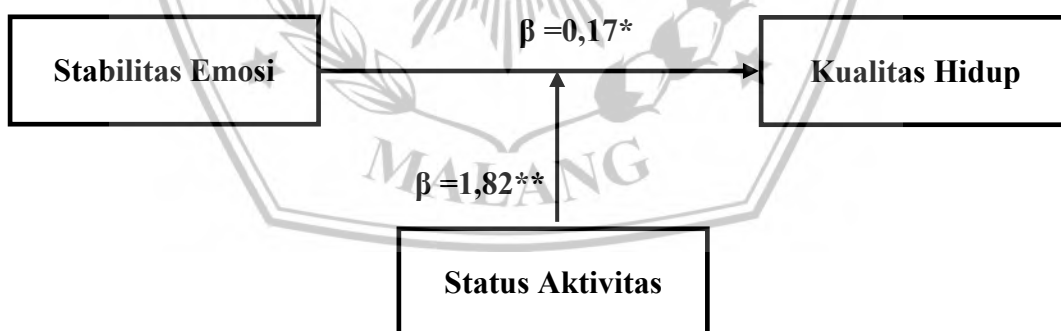
Status aktivitas memoderasi hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup

Hasil uji statistik besarnya regresi pada variabel moderasi status aktivitas, ditemukan berpengaruh positif dan signifikan ($\beta=1,82$; $p=0,01$), sehingga hipotesis kedua diterima. Pengaruh moderasi yang lebih menguatkan hubungan kedua variabel adalah pada aktif sosial. Rangkuman ringkas pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Regresi Moderasi

Hubungan antarvariabel	β	P
Emosi \rightarrow Kualitas	0,17	0,04
Aktivitas \rightarrow Kualitas	1,82	0,01

Catatan: Emosi=Stabilitas Emosi, Kualitas=Kualitas hidup, Aktivitas=Status Aktivitas

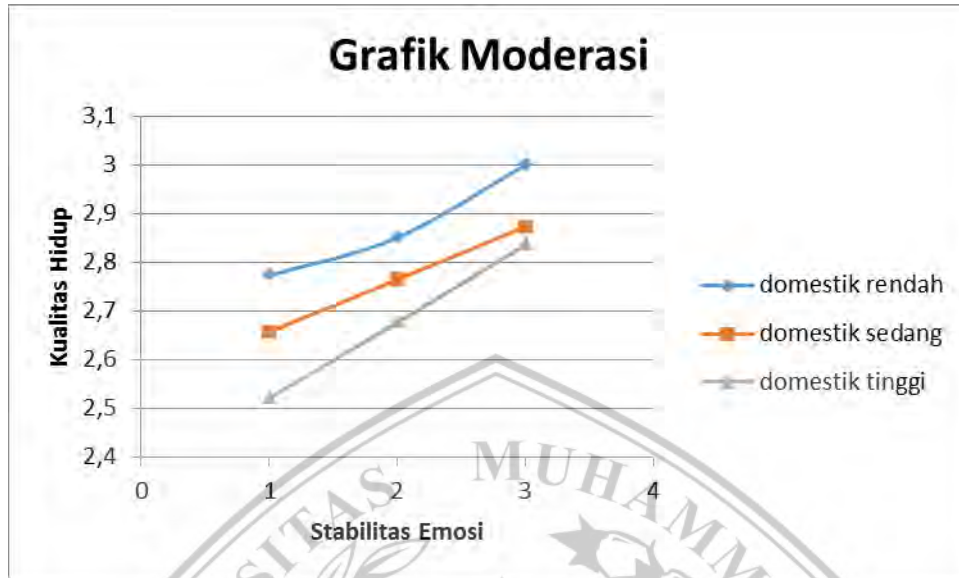


Gambar 2. Hasil regresi moderasi $X \rightarrow Y$ dan M

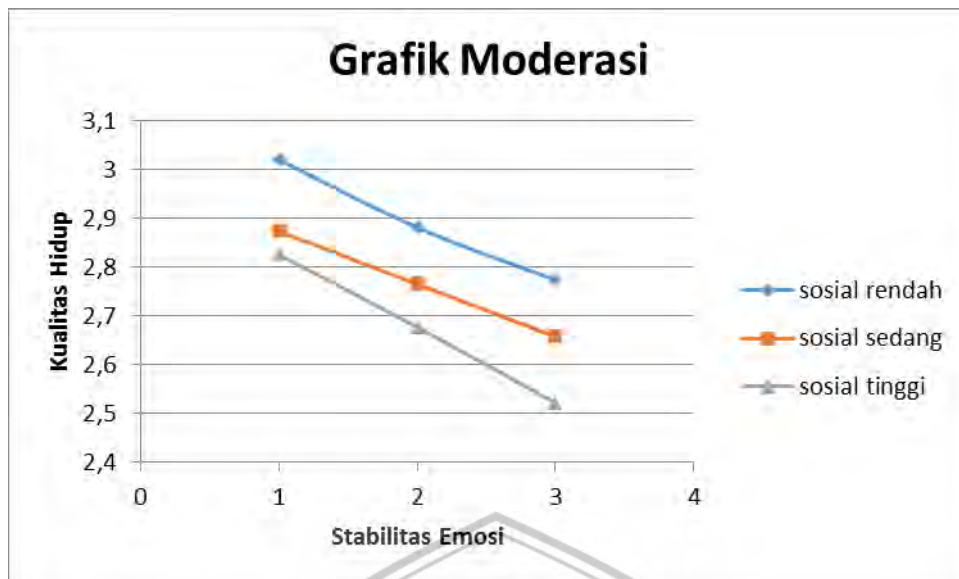
Catatan: $^{**}p<0,01$ $^*p<0,05$

Hasil analisis penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa status aktivitas mampu menjadi moderator dalam hubungan antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup pada lansia.

Grafik Moderasi



Grafik ini menunjukkan bahwa moderasi aktif domestik sebagai moderator mempengaruhi perubahan stabilitas emosi dengan kualitas hidup pada lansia. Pada grafik di atas dapat dilihat hubungan yang negatif yaitu tingginya aktivitas domestik diikuti dengan semakin menurunnya tingkat stabilitas emosi dan kualitas hidup lansia. Grafik tinggi pada angka 2,8 turun menjadi 2,5. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan terdapat hubungan moderasi negatif dan signifikan terhadap hubungan langsung antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup. Arah negatif pada hasil moderasi aktif domestik berarti bahwa lansia dengan aktivitas domestik melemahkan hubungan stabilitas emosi dengan kualitas hidup.



Grafik ini menunjukkan bahwa moderasi aktif sosial pada lansia berfungsi memperkuat hubungan langsung antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup lansia. Efek moderasi aktif sosial memiliki nilai positif ditunjukkan dengan arah grafik yang tinggi. Semakin tinggi keterlibatan lansia dalam aktivitas domestik maka stabilitas emosi dan kualitas hidupnya juga meningkat. Fungsi moderasi aktif sosial yang ditunjukkan pada grafik di atas memperkuat hubungan langsung kedua variabel. Moderasi aktif sosial lebih tinggi dibandingkan dengan aktif domestik. Tinggi rendahnya kualitas hidup lansia dan stabilitas emosi ditentukan dengan status moderasi aktif sosial dan domestik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup lansia. Hal ini menunjukkan bahwa jika lansia memiliki stabilitas emosi yang tinggi maka kualitas hidupnya juga tinggi. Status aktivitas dalam penelitian ini juga berfungsi memperkuat dan mampu memoderasi hubungan langsung antara stabilitas emosi dengan kualitas hidup. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Bruin, Strough, & Parker (2014) bahwa lansia yang memiliki kecenderungan aktif dalam sosial lebih tinggi kualitas hidupnya dibandingkan dengan lansia yang aktif dalam kegiatan domestik. Hal ini berarti

bahwa keterlibatan sosial pada masa lansia memiliki peran dalam meningkatkan kualitas hidup.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Bielderma, Greef, Krijnen, & Schans (2015) menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas sosial dengan efikasi diri, aktivitas fisik dan kualitas hidup. Penelitian ini dilakukan pada 193 lansia secara umum yang berada pada lapisan masyarakat secara umum sedangkan dalam penelitian ini dispesifikkan untuk kalangan lansia pensiunan. Berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang produktif penting untuk memastikan kelangsungan kesehatan dan kelangsungan hidup.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Olsson, Runnamo, & Engfeldt (2011) menunjukkan bahwa kualitas kesehatan pada lansia berpengaruh terhadap kualitas hidupnya. Lansia dengan perawatan kesehatan yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang tinggi. Pemenuhan kesehatan mendukung lansia untuk dapat beraktivitas dengan baik.

Lansia laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan tentang partisipasi mereka dalam kegiatan produktif termasuk pekerjaan, kegiatan rumah tangga dan kelompok masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan perempuan memiliki tingkat keterlibatan sosial lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Cameron, Kabir, & Streatfield, 2010).

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya dari Campbell (2011), bahwa untuk menentukan pola kesejahteraan yang terkait dengan usia dan aktivitas serta prediktornya terhadap kualitas hidup menunjukkan hasil pentingnya dukungan sosial terhadap kualitas hidup terutama saat memasuki masa lansia. Hal ini menunjukkan adanya hubungan data demografi dengan kualitas hidup.

Hasil penelitian Ju, Wook, Kim, Hyun, & Park (2013) menunjukkan bahwa fokus pencapaian dalam hidup merupakan jalan yang produktif untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif di masa lansia. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pencapaian tertinggi yaitu pada lansia yang memiliki keterlibatan aktif dalam bidang-bidang sosial dan sebagai tenaga aktif lembaga-lembaga sosial kemasyarakatan.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Toporkova (2016) bahwa lansia yang mempunyai aktivitas sosial memiliki tingkat kualitas hidup yang tinggi. Lansia yang aktif sosial memiliki kemampuan penyesuaian diri dan membangun interaksi sosial yang baik dengan lingkungan sekitarnya.

Penelitian Mhaske (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang masih tetap memiliki aktivitas sosial di lingkungan masyarakat cenderung memiliki kualitas hidup yang tinggi, sedangkan lansia yang mengalami kesepian serta kurang bersosialisasi dengan lingkungan masyarakat menunjukkan tingkat kesejahteraan subyektif yang lebih rendah.

Keaktifan domestik juga memiliki hubungan dengan kualitas hidup lansia. Kualitas dukungan keluarga mampu memoderasi hubungan dukungan sosial dan kesejahteraan lansia. Dengan kata lain, lansia dengan kualitas hubungan sosial yang tinggi meskipun kurang ada dukungan dari keluarga tidak mengurangi kesejahteraan dan kualitas hidupnya (Merz & Huxhold, 2010).

Hasil penelitian Karmiyati (2011) menunjukkan bahwa tersedianya sarana dan fasilitas bagi lansia di berbagai institusi pemerintah dan swasta menjadi salah satu penyebab para lansia tidak terlalu mengharapkan perhatian dan pertolongan dari keluarganya. Lansia sekarang mendapat banyak sekali kemudahan. Apabila mereka sakit, tidak perlu menunggu anak untuk periksa ke dokter, tetapi cukup datang ke Puskesmas atau Posyandu lansia, atau Poliklinik yang tersedia dalam organisasinya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Snowden et al.,(2015) Kelompok lansia yang memiliki keterikatan sosial yang tinggi cenderung mendapatkan dukungan sosial, dukungan emosional yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup Hal ini berarti bahwa lansia yang cenderung menghabiskan waktu di lingkungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup sedangkan lansia yang kurang memiliki kesempatan bertemu secara fisik dengan keluarga tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidupnya. Dukungan keluarga dapat digantikan dengan banyaknya dukungan dari teman sosialnya, kelompok sosial, serta kontak masyarakat.

Hasil penelitian Brajsa-Zganec, Merkas, & Sverko (2011) menunjukkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas domestik seperti menghabiskan waktu untuk

melakukan hobi sehari-hari berkontribusi terhadap kesejahteraan subjektif. Melakukan kegiatan yang digemari mampu meningkatkan kepuasan hidup pada lansia dan mengurangi rasa sakit yang dialami.

Hasil penelitian Kuykendall et al.,(2015) menunjukkan bahwa memperoleh kepuasan dalam waktu luang lebih baik dibandingkan menghabiskan waktu luang. Hal ini berarti bahwa waktu luang yang digunakan tanpa ada aktivitas fisik dan kognitif yang cukup justru akan memberikan dampak pada kesehatan dan kemampuan kognitif. Dampak positifnya adalah memunculkan relasi dan jaringan sosial yang luas bagi lansia melalui beragam aktivitas yang dilakukan. Dengan mengembangkan jaringan ini lansia banyak waktu untuk berbagi pengalaman dengan orang lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan. Sedangkan dampak negatifnya adalah rasa ketidakberdayaan pada lansia yang membuat tidak produktif.

Meskipun kegiatan waktu luang bermanfaat bagi kesehatan mental para lansia namun perlu diimbangi dengan keterlibatan dalam berbagai macam kegiatan. Mengurangi aktivitas fisik dapat diimbangi dengan peningkatan aktivitas sosial. Penurunan aktivitas intelektual interpersonal dapat diimbangi dengan peningkatan kegiatan sosial (Chao, 2018).

Hasil penelitian Hideaki & Hitoshi (2004) menunjukkan bahwa Keberagaman aktivitas yang dilakukan lansia berpengaruh pada kesehatan mental dan kualitas hidup. Lansia dengan aktivitas yang produktif memiliki tingkat depresi yang rendah sedangkan lansia tanpa aktivitas memiliki kecenderungan depresi dan kehilangan harapan. Aktivitas yang mengasah fisik dan kognitif mampu meningkatkan emosi positif, kesehatan mental, dan berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia.

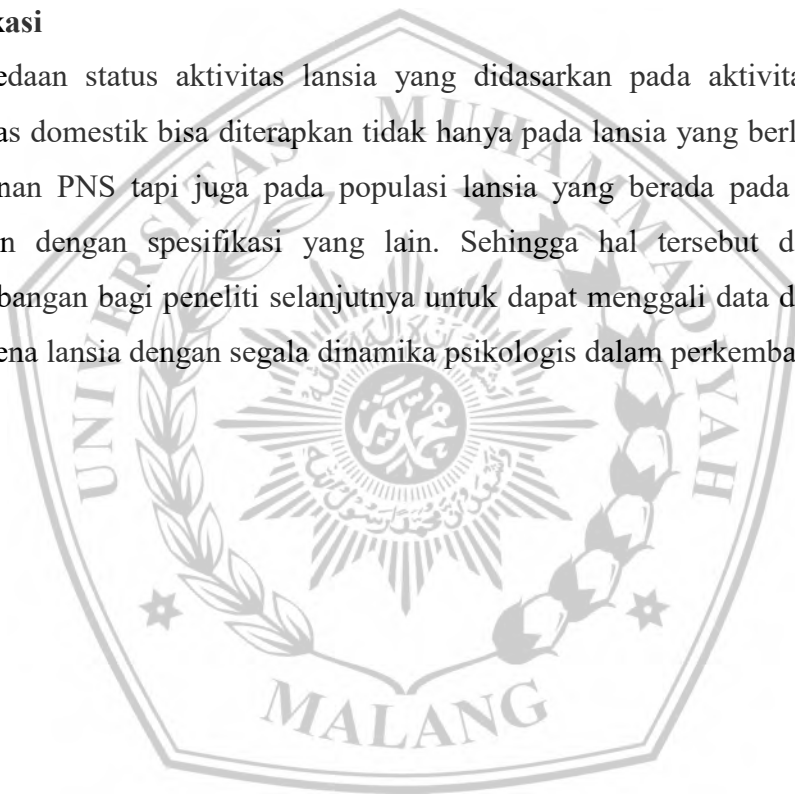
KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa stabilitas emosi pada lansia berhubungan secara positif dan signifikan. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat stabilitas emosi lansia maka semakin meningkat kualitas hidupnya, begitu juga sebaliknya. Lansia yang memiliki aktivitas sosial yang tinggi cenderung memiliki pengaruh lebih besar pada tingkat stabilitas emosi dengan kualitas hidupnya dibandingkan dengan lansia yang hanya berfokus pada aktivitas domestik.

Implikasi

Pembedaan status aktivitas lansia yang didasarkan pada aktivitas sosial dan aktivitas domestik bisa diterapkan tidak hanya pada lansia yang berlatar belakang pensiunan PNS tapi juga pada populasi lansia yang berada pada Panti Wreda maupun dengan spesifikasi yang lain. Sehingga hal tersebut dapat menjadi pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat menggali data demografi dari fenomena lansia dengan segala dinamika psikologis dalam perkembangan lansia.



DAFTAR PUSTAKA

- Allemand, M., Steiger, A. E., & Hill, P. L. (2013). Stability of personality traits in adulthood mechanisms and implications. *International Journal of Geriatric Psychology*, 26(1), 5–13. <https://doi.org/10.1024/1662-9647/a000080>
- Bielderman, A., Greef, M. H. G., Krijnen, W. P., & Schans, C. P. (2015). Relationship between socioeconomic status and quality of life in older adults : a path analysis. *Journal of Aging and Quality of Life Research*, 24(3), 1697–1705. <https://doi.org/10.1007/s11136-014-0898-y>
- Bonk, E. (2016). The influence of activeness and independence on the quality of life of senior citizens. *Polish Psychological Bulletin*, 47(3), 338–345.
- Bowling, A., & Illife, S. (2011). Psychological approach to successful ageing predicts future quality of life in older adults. *Journal of Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-13>
- Brajsa-Zganec, A., Merkas, M., & Sverko, I. (2011). Quality of life and leisure activities: How do leisure activities contribute to subjective well-being? *International Journal of Geriatric Psychology*, 102(1), 81–91. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9724-2>
- Brose, A. (2013). Life contexts make a difference : Emotional stability in younger and older adults. *Jornal of Psychology and Aging*, 28(1), 148–159. <https://doi.org/10.1037/a0030047>
- Bruin, W. B. De, Strough, J., & Parker, A. M. (2014). Getting older isn't all that bad : Better decisions and coping when facing “ Sunk Costs .” *International Journal of Psychology and Aging*, 29(3), 642–647. <https://doi.org/10.1037/a0036308>
- Cameron, L. J. H., Kabir, Z. N., & Streatfield, P. K. (2010). Earning Their Keep : The Productivity of Older Women and Men in Rural Bangladesh. *Journal of Cross-Cultural Psychology Gerontology*, 25(7), 87–103. <https://doi.org/10.1007/s10823-010-9109-7>
- Campbell, & Benjamin. (2011). In the Company of Men : Quality of Life and Social Support Among the Ariaal of Northern Kenya. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 26, 221–237. <https://doi.org/10.1007/s10823-011-9146-x>
- Carstensen, L. L., Scheibe, S., Ram, N., Hershfield, H. E., Samanez-larkin, Brooks, K., & Nesselroade, J. (2011). Emotional experience improves with age : Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Journal of Psychology and Aging*, 26(1), 21–33. <https://doi.org/10.1037/a0021285>
- Chao, S. (2018). Changes in Leisure Activities and Dimensions of Depressive Symptoms in Later Life : A 12-Year Follow-Up. *Gerontological Society of America*, 56(3), 397–407. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu052>
- Cheng, S.-T., & Chan, A. C. . (2017). Relationship with others and life

- satisfaction in later life : Do gender and widowhood make a difference ? *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 61(1), 46–53.
- Creswell, J. W. (2012). Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research. *Educational Research* 14(112). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Croezen, S., Nies, H., & Alvarado, V. . (2009). Characterization of different groups of elderly according to social engagement activity patterns. *The Journal of Nutrition, Health and Aging*, 13(9), 776–782.
- Efklides, A., Kalaitzidou, M., & Chankin, G. (2003). Subjective quality of life in old age in greece the effect of demographic factors , emotional state , and adaptation to aging in greece. *Journal of European Psychologist*, 8(3), 178–191. <https://doi.org/10.1027//1016-9040.8.3.178>
- Epting, F. R. (1992). Humanistic psychology and personal construct theory. *The Humanistic Psychologist*, 20(2–3), 243–259. <https://doi.org/10.1080/08873267.1992.9986793>
- Farquhar, M. (1995). Ergamon elderly peoples definitions of quality of life. *Social Psychological and Personality Science*, 41(10), 1439–1446.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection , optimization , and compensation as strategies of life management : Correlations with subjective indicators of successful aging. *Journal of Psychology and Aging*, 13(4), 531–543.
- Frias, C. M. de. (2017). Memory compensation in older adults : The role of health , emotion regulation , and trait mindfulness. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(November), 678–685. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt064>.
- Gobbens, R. ., & Assen, V. M. (2014). The prediction of quality of life by physical , psychological and social components of frailty in community-dwelling older people. *Quality of Life Journal*, 23, 2289–2300. <https://doi.org/10.1007/s11136-014-0672-1>
- Hajek, A., Brettschneider, C., Mallon, T., Ernst, A., Mamone, S., Wiese, B., ... Riedel-heller, S. G. (2017). The impact of social engagement on health-related quality of life and depressive symptoms in old age - evidence from a multicenter prospective cohort study in Germany. *Journal of Health and Quality of Life Outcomes*, 15(3), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12955-017-0715-8>
- Hayes, A. F., & Preacher, K. J. (2014). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 67(3), 451–470. <https://doi.org/10.1111/bmsp.12028>
- Hideaki, H., & Hitoshi, O. (2004). Study on Effects of Life Review Activities on the Quality of Life of ... *Psychoterapy and Psychosomatics*, 73(5), 302.

- Huxhold, O., & Benjamin, S. (2017). Benefits of having friends in older ages : Differential effects of informal social activities on well-being in middle-aged and older adults. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 69(3), 366–375. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt029>.
- Jokinen, N. S. (2014). Quality of life and older aged adults. *International Public Health*, 6(4), 371–385.
- Ju, Wook, Kim, Hyun, & Park. (2013). Mediation effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56(2), 309–313. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2012.08.008>
- Karmiyati, D. (2011). *Successful aging* lansia jawa :pengaruh nilai budaya, human strengths, dan persepsi tentang dukungan sosial terhadap *successful aging* lansia jawa (kasus di solo jawa tengah dan malang jawa timur) Ringkasan disertasi. Bandung: Disertasi.
- Kerkhof, A., Rurup, M. ., & Geodart, J. (2011). Understanding why older people develop a wish to die. *Journal of Psychosocial Research*, 32(4), 204–216. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000078>
- Kiarsipour, N., Borhani, F., Esmaeili, R., & Zayeri, F. (2017). The correlation of aging perceptions and life satisfaction in Iranian older adults. *International Psychogeriatric Association*, 20(3), 861–869. <https://doi.org/10.4103/ATMPH.ATMPH>
- Kim, K. O. (2012). The emotional responses of older adults to new technology by kyung o kim submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy in kinesiology in the graduate college of the university of illinois at urbana-champaign. *Dissertation*, 133.
- Kunzmann, Little, & Smith. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox ? cross-sectional and longitudinal evidence from the berlin aging study. *Psychology and Aging*, 15(3), 511–526.
- Kuykendall, L., Tay, L., Ng, V., Kuykendall, L., Tay, L., & Ng, V. (2015). A leisure engagement and subjective well-being : a meta-analysis. *Journal of Psychological Science*, 141(2), 364–403.
- Leung, K., Wu, E., Lue, B., & Tang, L. (2004). The use of focus groups in evaluating quality of life components among elderly Chinese people. *Journal of Aging and Quality of Life*, 13, 179–190.
- Lingyun Ran. (2017). Association among activities of daily living , instrumental activities of daily living and health-related quality of life in elderly Yi ethnic minority. *International Journal of Geriatric*, 34(3), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0455-y>
- Lu, L. (2012). Aging and quality of life in Taiwan. *Journal of Aging and Quality of Life*, 4(1), 233–243.

- Maataoui, S. L., Hardwick, J. S., & Lundquist, T. S. (2017). Creating space for relationships. *Psychological Science*, 14(3), 347–351.
- Maher, J. P., & Conroy, D. E. (2017). Daily life satisfaction in older adults as a function of (in) activity. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 72(4), 593–602. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbv086>
- Mhaske, R. (2017). Happiness and aging. *Psychology and Aging*, 12(1), 71–79.
- Mejia, S., & Hooker, Ka. (2015). Emotional well-being and interactions with older adults ' close social partners : Daily variation in social context matters. *Psychology and Aging*, 30(3), 517–528.
- Merz, E., & Huxhold, O. (2010). Wellbeing depends on social relationship characteristics : comparing different types and providers of support to older adults. *Aging and Society*, 30(3), 843–857. <https://doi.org/10.1017/S0144686X10000061>
- Oliveira, B. C., Barbosa, N. M., Mattioda, M. saint C., & Guerra, H. S. (2017). Quality of life assessment in elderly from the community. *Journal of Aging and Quality of Quality of Life Research*, 30(3), 1–10. <https://doi.org/10.5020/18061230.2017.5879>
- Olsson, I. N., Runnamo, R., & Engfeldt, P. (2011). Medication quality and quality of life in the elderly , a cohort study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 95. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-95>
- Pareek, K., & Kush, T. (2015). A comparative study of the relationship between emotional intelligence and life satisfaction among elders of homes and institutions. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 6(1), 94–96.
- Paul, C., Fonseca, A., Martin, I., & Amado, J. (2003). Psychosocial profile of rural and urban elders in Portugal. *International Journal of European Psychologist*, 8(3), 160–167. <https://doi.org/10.1027//1016-9040.8.3.160>
- Perez, R. M., Abreu, S. A., & Ocana, M. J. (2017). Coping strategies and quality of life in caregivers of dependent elderly relatives. *Journal of Health and Quality of Life Outcomes*, 15(7), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12955-017-0634-8>
- Pethtel, O., & Chen, Y. (2010). Cross-cultural aging in cognitive and affective components of subjective well-being. *Psychology and Aging*, 25(3), 725–729. <https://doi.org/10.1037/a0018511>
- Proctor, C., Maltby, J., & Linley, P. A. (2011). Strengths use as a predictor of well-being and health-related quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 153–169. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9181-2>
- Reich, J. W., Zautra, A., & Hill, J. (1987). Activity , event transactions , and quality of life in older adults. *International Journal of Psychology and Aging*, 2(3), 116–124.

- Saini, S. (2013). A multidimensional assessment of quality of life of elderly across varying support systems. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 4(1), 136–140.
- Scheibe, S., & Carstensen, L. L. (2017). Emotional aging: recent findings and future trends. *Journal of Psychology and Aging*, 22(4), 135–144. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp132>.
- Stanila, G. (2015). The quality of life of the elderly in Romania. *Journal of Community Positive Practice*, XV(2), 18–27.
- Snowden, M. B., Steinman, L. E., Carlson, W. L., Mochan, K. N., Abraido-Lanza, A. F., Bryant, L. L., ... Anderson, L. A. (2015). Effect of physical activity, social support, and skills training on late-life emotional health: a systematic Literature review and implications for public health research. *International Journal of Geriatric Psychology*, 2(5), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2014.00213>
- Toporkova. (2016). Social pedagogical work with different age groups in Germany. *International Journal of Environmental and Science Education*, 11(16), 9448–9456.
- Unsar, S., Erol, O., & Sut, N. (2016). Social support and quality of life among older adults. *International Journal of Caring Sciences*, 9(1), 249–258.
- Utz, R. L., Carr, D., Nesse, R., & Wortman, C. B. (2018). The Effect of Widowhood on Older Adults' Social Participation: An Evaluation of Activity, Disengagement, and Continuity Theories. *The Gerontologist*, 42(4), 522–533.
- Week, M. (2016). Quality of life: researchers from SEGI university report on findings in quality of life (a cross-sectional study on quality of life among the elderly in non-governmental organizations elderly homes in Kuala Lumpur). *International Journal of Health and Quality of Life*, 3(6), 736–747.
- Wurm, S., Warner, L. M., Ziegelmann, J. P., Wolff, J. K., & Schuz, B. (2013). How do negative self-perceptions of aging become a self-fulfilling prophecy? *Psychology and Aging Journal*, 28(4), 1088–1097. <https://doi.org/10.1037/a0032845>
- Zeng, Y., Gu, D., Purser, J., Hoenig, H., & Christakis, N. (2010). Associations of environmental factors with elderly health and mortality in china. *American Journal of Public Health*, 100(2), 298–306. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.154971>



Indeks

Kualitas hidup	1,2, 3, 4,5,6,7,8,9,10,11,1,2,1,3,14,15,16,17,18
Stabilitas emosi	2,4,6,7,8,11,12,13,14,18
Lansia	1,2, 3, 4,5,6,7,8,9,10,11,1,2,1,3,14,15,16,17,18
Aktivitas sosial	2,4,5,6,9,15,16,17,18
Aktivitas domestik	3,5,13,15,16,18

World Health Organization

<i>Quality of Life</i>	9
Subjek	2,9,10,11,15,17
Moderasi	4,6,7,8,10,11,12,13,14,16
Kesejahteraan	2,3,5,6,7,15,16,17
Kepuasan hidup	1,6,7,17
Kognitif	1,2,3,4,17
Psikologis	2,5,7,10,18
Pensiun	2,4,9,11,15,18
Kesepian	2,3,6,16
Dukungan	2,3,6,7,15,16
Keterlibatan	3,4,7,9,10,14,15,16,17
Keluarga	1,2,3,7,10,16
Masyarakat	1,2,3,9,10,15,16

RAHASIA

SKALA PENELITIAN



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Salam Sejahtera

Saat ini, saya atas nama Siti Fatimah, S.Psi sedang melaksanakan penelitian tesis sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Psikologi Sains di Program Studi Magister Psikologi Direktorat Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang. Oleh karena itu, saya mengharap partisipasi dari Bapak/Ibu untuk mengisi skala yang terlampir berikut.

Kerjasama dari Bapak/Ibu sangat berarti bagi saya serta telah berkontribusi untuk kemajuan ilmu pengetahuan. Jawaban dari Bapak/Ibu merupakan rahasia pribadi yang hanya akan dijadikan keperluan tesis saja tanpa menyebarluaskan data pribadi Bapak/Ibu, dengan demikian saya mampu menjaga kerahasiaan tersebut. Diharapkan tidak ada satu nomorpun yang terlewatkan pada bagian pengisian. Kesungguhan dalam menjawab sangat menentukan kualitas hasil penelitian. Atas kerjasama dan keterlibatan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Malang, 6 Februari 2018

Siti Fatimah

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Status aktivitas

Aktivitas Domestik	Aktivitas Sosial
<input type="checkbox"/> Lebih banyak menghabiskan waktu di rumah <input type="checkbox"/> Pengasuhan cucu <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Menjabat dalam suatu organisasi <input type="checkbox"/> Anggota aktif perkumpulan lansia <input type="checkbox"/> Terlibat aktif kegiatan keagamaan (pengurus/pengajar TPA) <input type="checkbox"/>

Berikut ini terdapat dua puluh enam (26) pernyataan yang berkaitan dengan perasaan Anda dan diri Anda secara umum. Tugas Anda adalah memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom-kolom yang tersedia.

Keterangan :

SS jika Anda **Sangat Setuju**

S jika Anda **Setuju**

TS jika Anda **Tidak Setuju**

STS jika Anda **Sangat Tidak Setuju**

Pilihlah jawaban yang benar-benar sesuai dengan diri Anda.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa hidup saya berkualitas	SS	S	TS	STS
2	Saya puas dengan kesehatan tubuh saya	SS	S	TS	STS
3	Rasa sakit bukan penghalang untuk melakukan aktivitas	SS	S	TS	STS
4	Saya cenderung membutuhkan terapi medis dalam kegiatan sehari-hari	SS	S	TS	STS
5	Saya menikmati hidup saya	SS	S	TS	STS
6	Saya merasa hidup saya sangat berarti.	SS	S	TS	STS
7	Saya mampu berkonsentrasi terhadap suatu hal	SS	S	TS	STS
8	Secara umum, saya cenderung merasa aman dalam kehidupan sehari-hari	SS	S	TS	STS
9	Saya tinggal di lingkungan yang tergolong sehat	SS	S	TS	STS
10	Saya memiliki vitalitas yang cukup untuk beraktivitas sehari-hari	SS	S	TS	STS
11	Saya dapat menerima penampilan tubuh saya	SS	S	TS	STS
12	Saya memiliki cukup uang untuk memenuhi kebutuhan	SS	S	TS	STS
13	Saya memiliki informasi yang cukup dalam kehidupan sehari-hari	SS	S	TS	STS
14	Saya memiliki waktu untuk berkumpul atau rekreasi	SS	S	TS	STS
15	Saya memiliki kemampuan dalam bergaul	SS	S	TS	STS
16	Saya cenderung puas dengan tidur saya	SS	S	TS	STS
17	Saya memiliki kemampuan untuk menampilkan aktivitas saya sehari-hari	SS	S	TS	STS
18	Saya puas dengan kemampuan saya dalam bekerja	SS	S	TS	STS
19	Saya puas dengan diri saya sendiri	SS	S	TS	STS
20	Saya senang dengan hubungan sosial yang saya miliki	SS	S	TS	STS
21	Saya bahagia dengan pasangan saya	SS	S	TS	STS
22	Saya memiliki banyak dukungan dari teman – teman	SS	S	TS	STS

23	Saya puas dengan kondisi tempat tinggal saya saat ini	SS	S	TS	STS
24	Saya puas dengan layanan kesehatan yang ada	SS	S	TS	STS
25	Saya senang dengan transportasi yang ada untuk saya	SS	S	TS	STS
26	Saya cenderung merasa kesepian, putus asa, dan cemas	SS	S	TS	STS



Berikut ini terdapat dua puluh satu (21) pernyataan yang berkaitan dengan perasaan Anda dan diri Anda secara umum. Tugas Anda adalah memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom-kolom yang tersedia.

Kuesioner ini menanyakan berbagai pertanyaan mengenai pengalaman emosional anda secara teratur (setiap hari). Ketika Anda ditanyai tentang kondisi emosional hal ini dapat berarti marah, sedih, bersemangat, atau emosi yang lain. Silahkan beri penilaian untuk masing-masing pernyataan.

Keterangan :

SS jika Anda **Sangat Setuju**

S jika Anda **Setuju**

TS jika Anda **Tidak Setuju**

STS jika Anda **Sangat Tidak Setuju**

Pilihlah jawaban yang benar-benar sesuai dengan diri Anda.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saat sesuatu membuat saya kesal, saya membutuhkan waktu cukup lama untuk melupakannya	SS	S	TS	STS
2	Saya mudah merasa tersakiti	SS	S	TS	STS
3	Saya mendapat pengalaman emosional, hal itu terasa sangat kuat	SS	S	TS	STS
4	Saat saya merasa sangat kesal, seluruh tubuh saya ikut bereaksi	SS	S	TS	STS
5	Saya cenderung mudah sekali merasa emosional	SS	S	TS	STS
6	Saya merasakan pengalaman emosional secara kuat	SS	S	TS	STS
7	Saya sering merasa sangat cemas	SS	S	TS	STS
8	Ketika saya merasa emosional, saya sulit membayangkan perasaan lainnya	SS	S	TS	STS
9	Saya dapat merasa emosional bahkan karena hal-hal terkecil	SS	S	TS	STS
10	Jika saya tidak sependapat dengan seseorang, saya membutuhkan waktu yang lama untuk melupakan ketidaksetujuan tersebut.	SS	S	TS	STS
11	Ketika saya marah/kecewa, saya membutuhkan lebih lama untuk menenangkan diri	SS	S	TS	STS
12	Saya mudah marah terhadap orang lain	SS	S	TS	STS
13	Saya mudah terganggu dibandingkan orang lain	SS	S	TS	STS
14	Saya mudah merasa gelisah	SS	S	TS	STS
15	Emosi saya cepat sekali berubah	SS	S	TS	STS
16	Jika satu hal buruk terjadi, suasana hati saya berubah dengan cepat. Banyak orang mengatakan emosi saya mudah tersulut	SS	S	TS	STS
17	Banyak orang mengatakan bahwa emosi saya seringkali terlalu kuat dalam satu situasi tertentu	SS	S	TS	STS
18	Saya seorang yang sangat sensitif	SS	S	TS	STS
19	Suasana hati saya sangat kuat dan berpengaruh	SS	S	TS	STS
20	Saya sering merasa kesal sehingga sulit untuk berpikir jernih	SS	S	TS	STS
21	Banyak orang mengatakan saya sering melebih-lebihkan situasi	SS	S	TS	STS



Analisis Hasil Tryout

Reliabilitas Stabilitas Emosi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha	N of Items
,846	,846	21

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum /Minimum	Variance	N of Items
Item Means	2,700	2,380	3,160	,780	1,328	,041	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
i01	53,94	39,445	,386	,841
i02	53,72	40,287	,392	,841
i03	54,22	36,910	,557	,833
i04	54,02	40,306	,241	,848
i05	53,94	40,466	,273	,845
i06	54,24	37,900	,514	,835
i07	54,06	38,058	,507	,836
i08	54,06	37,690	,525	,835
i09	53,92	39,218	,454	,838
i10	53,88	39,006	,507	,837
i11	53,92	39,300	,478	,838
i12	53,54	40,743	,221	,848
i13	53,78	39,889	,372	,842
i14	53,88	37,700	,583	,832
i15	54,24	39,411	,375	,842
i16	53,86	40,817	,307	,844
i17	53,90	40,214	,297	,844
i18	54,10	39,847	,304	,845
i19	54,32	38,018	,567	,833
i20	54,16	39,321	,364	,842
i21	54,30	38,255	,566	,834

Reliabilitas Kualitas Hidup

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,868	,871	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
i01	80,24	42,349	,492	,861
i02	80,48	44,336	,336	,866
i03	80,30	43,235	,387	,864
i04	80,46	43,968	,291	,867
i05	80,14	43,184	,400	,864
i06	80,30	42,173	,497	,861
i07	80,66	43,331	,388	,864
i08	80,50	43,439	,383	,865
i09	80,46	43,029	,450	,863
i10	80,14	43,511	,356	,865
i11	80,44	43,353	,525	,861
i12	80,60	44,041	,331	,866
i13	80,62	43,261	,430	,863
i14	80,36	42,562	,466	,862
i15	80,44	42,456	,618	,858
i16	80,44	43,884	,319	,866
i17	80,52	41,602	,618	,857
i18	80,48	44,051	,385	,864
i19	80,36	42,480	,554	,860
i20	80,40	42,898	,472	,862
i21	80,24	44,186	,218	,871
i22	80,44	44,374	,305	,866
i23	80,22	42,461	,548	,860
i24	80,50	43,969	,417	,864
i25	80,36	44,072	,391	,864
i26	80,40	43,102	,409	,864

Data Hasil Penelitian (N=130)

Hasil Korelasi Stabilitas Emosi dengan Kualitas Hidup

Correlations

		Kualitas	Emosi
Kualitas	Pearson Correlation	1	,177*
	Sig. (2-tailed)		,044
	N	130	130
Emosi	Pearson Correlation	,177*	1
	Sig. (2-tailed)	,044	
	N	130	130

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	65,787	4,634		14,196	,000
	StabilitasEmosi	,160	,079	,177	2,031	,044

a. Dependent Variable: KualitasHidup

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,177 ^a	,031	,024	6,386	,031	4,125	1	128	,044

a. Predictors: (Constant), StabilitasEmosi

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KualitasHidup	2,88	,24	130
StabilitasEmosi	2,72	,36	130

REGRESI

a. Mean, SD

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
kualitas	1,359644970 414202	,2485861336 79964	130
emosi	1,366098901 098900	,3682669440 70188	130
sosial	,523	,5014	130
domestik	,477	,5014	130
emsXsos	1,3698	1,34283	130
emsXdom	1,3563	1,44116	130

b. Uji Hipotesis dengan moderasi aktif domestik

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1 (Constant)	2,839	,165		17,248	,000			
emosi	,035	,062	,052	,573	,568	-,008	,051	,050
domestik	-,097	,045	-,196	-2,137	,035	-,180	-,186	-,186
2 (Constant)	2,525	,199		12,675	,000			
emosi	,155	,075	,230	2,065	,041	-,008	,181	,176
domestik	,834	,351	1,682	2,374	,019	-,180	,207	,202
emsXdom	-,337	,126	-1,953	-2,672	,009	-,200	-,232	-,228

a. Dependent Variable: kualitas

c. Regresi Moderasi Aktif Sosial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2,904	,164		17,692	,000
	emosi	-,005	,060	-,008	-,085	,932
2	(Constant)	2,742	,179		15,358	,000
	emosi	,035	,062	,052	,573	,568
	sosial	,097	,045	,196	2,137	,035
3	(Constant)	3,359	,289		11,611	,000
	emosi	-,181	,101	-,269	-1,794	,075
	sosial	-,834	,351	-1,682	-2,374	,019
	emsXsos	,337	,126	1,820	2,672	,009

a. Dependent Variable: kualitas



LAMPIRAN



s	a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	a12	a13	a14	a15	a16	a17	a18	a19	a20	a21
1	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3
2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4
3	1	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2
4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	1	3	4	3	4	3	4
5	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3
6	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3
7	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
8	3	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3
9	2	2	2	2	1	2	3	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2
10	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3
11	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3
12	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3
13	1	3	1	1	3	2	3	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3
14	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	1	3
15	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3
16	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
17	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	1	2	1	1	1	3	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3
21	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3
22	2	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	3
23	3	2	3	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	2	3
24	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3
25	2	3	3	4	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2
26	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
27	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
28	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
30	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
31	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
32	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
33	2	2	2	4	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	3	3	1	2	2	2
34	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2
35	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
36	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3

37	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
38	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2
39	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	
40	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	
41	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
42	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	
43	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
44	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	
45	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	2	2	3	2	3	
47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
48	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	
50	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	
51	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
52	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	
53	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	1	4	4	2	
54	3	2	1	4	2	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	
55	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	
56	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	2	3	
57	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
58	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
59	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	1	2	4	
60	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	
61	3	3	1	4	3	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	2	3	1	2	4	
62	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	2	2	3	4	
63	3	3	1	2	2	3	4	4	3	3	3	2	1	2	2	3	3	4	2	4	
64	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	
65	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	4	4	
66	3	3	3	2	2	2	1	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
67	3	3	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	
68	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	4	
69	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	
70	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
71	3	2	2	3	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	
72	2	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	1	2	2	

Emos	a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	a12	a13	a14	a15	a16	a17	a18	a19	a20	a21	a22	a23	a24	a25	a26	Kualitas	sos	dom
3.1	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3.07692	1	0
3.1	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2.88462	1	0
1.9	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3.53846	1	0
2.9	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3.11538	1	0
3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3.30769	1	0
2.7	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3.03846	1	0
3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3.03846	1	0
2.3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3.30769	1	0
2.4	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	1	2	3	3	4	4	1	4	3	3	4	1	3	3	1	4	2.69231	1	0
3.3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3.46154	1	0
2.5	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2.69231	1	0
2.8	2	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2.61538	1	0
2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	3.19231	1	0
1.7	4	3	3	3	4	4	3	4	1	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2.88462	1	0
2.2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3.30769	1	0
2.9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3.03846	1	0
2.6	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2.80769	1	0
3.1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3.76923	1	0
2.1	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2.92308	1	0
2.7	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2.92308	1	0
2.7	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2.88462	1	0
2.3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3.15385	1	0
2.3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3.30769	1	0
3	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3.34615	1	0
2.5	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3.19231	1	0
2.8	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2.88462	1	0
2.2	2	2	2	3	2	3	2	3	4	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	2.76923	1	0
2.8	3	2	2	4	3	3	2	3	4	2	3	4	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	2.84615	1	0
2.9	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3.15385	1	0
2.4	3	2	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2.73077	1	0
2.8	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2.96154	1	0
2.6	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2.57692	1	0
2.3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2.92308	1	0
2.2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2.46154	1	0
2.5	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	3.11538	1	0
2.5	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2.65385	1	0

2.9	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2.76923	1	0	
2.4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2.88462	1	0		
3.3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3.15385	1	0	
2.1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2.26923	1	0	
2.1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2.84615	1	0	
2.3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2.38462	1	0	
2.4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2.69231	1	0
2.3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2.84615	1	0	
2.7	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2.80769	1	0	
2.1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2.57692	1	0	
2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3.03846	1	0	
3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	4	2.88462	1	0	
2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2.65385	1	0	
3.3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3.07692	1	0	
2.9	4	4	4	2	4	4	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3.19231	1	0	
2.7	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	4	4	4	2.84615	1	0	
3.2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	2	2.88462	1	0	
2.4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2.61538	1	0	
3.7	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3.07692	1	0	
3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2.53846	1	0	
2.6	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2.88462	1	0	
3.1	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2.53846	1	0	
2.8	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	3.03846	1	0	
2.9	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2.65385	1	0	
2.9	4	3	3	2	3	4	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2.80769	1	0	
2.9	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2.96154	1	0	
2.8	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3.07692	1	0	
2.8	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	0	
2.7	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	0	
2.6	2	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	0	
2.5	3	4	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2.84615	1	0	
2.4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2.96154	1	0	
2.7	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3.5	0	1	
2.9	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3.11538	0	1	
3.1	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2.96154	0	1	
2.6	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2.96154	0	1	

2.8	2	3	4	2	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3.23077	0	1
3.1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3.07692	0	1
2.9	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3.11538	0	1
3.4	3	3	4	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2.80769	0	1
2.5	4	3	1	1	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3.11538	0	1
3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	0	1
2.6	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	0	1
2.7	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2.73077	0	1
2.7	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2.92308	0	1
2.6	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2.61538	0	1
2.4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	3.15385	0	1
2.7	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2.76923	0	1
2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2.80769	0	1
2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2.92308	0	1
3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3.07692	0	1
2.7	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2.34615	0	1
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2.80769	0	1
3.2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2.46154	0	1
3.1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2.65385	0	1
3.1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2.80769	0	1
2.6	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2.88462	0	1
3.2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2.42308	0	1
3.2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2.69231	0	1
3.1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2.80769	0	1
3.1	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2.92308	0	1
3.1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2.57692	0	1
3.2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3.07692	0	1
3.1	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2.84615	0	1
3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2.69231	0	1
2.4	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3.19231	0	1
3.4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3.07692	0	1
3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	0	1
2.6	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	2	4	3	2	3	4	2	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2.84615	0	1
3	4	2	3	3	3	4	2	4	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2.76923	0	1
2.8	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2.88462	0	1

2.9	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2.61538	0	1		
2.6	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2.80769	0	1		
3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2.57692	0	1	
2.3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	3	0	1	
3.1	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2.73077	0	1	
2.8	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2.84615	0	1	
2.7	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2.76923	0	1	
2.8	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2.88462	0	1	
2.1	3	3	2	2	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3.03846	0	1	
3.4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2.57692	0	1	
2.9	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2.88462	0	1	
2.9	3	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2.65385	0	1	
2.8	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2.88462	0	1	
3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2.76923	0	1	
3	4	4	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2.69231	0	1
2.8	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2.61538	0	1
3.2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2.73077	0	1
2.8	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2.76923	0	1
3	4	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2.73077	0	1
2.8	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2.53846	0	1	
2.9	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	0	1	
2.7	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	4	2.73077	0	1	
2.9	3	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2.76923	0	1	



73	2	2	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	4	2	4	4	3	2	3	2	2
74	3	3	4	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3
75	2	3	2	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	2	3	2	2	3	3
76	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
77	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2
78	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
79	2	2	2	3	4	2	4	4	3	2	3	2	3	4	3	4	1	1	2	2	2
80	4	4	2	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	3	2
81	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	4	2
82	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
83	1	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3
84	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3
85	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	2	4	3	4	3	2	4
86	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
87	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4	4
88	2	2	2	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2
89	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	2	3	3	2	4
90	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3
91	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3
92	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	1	4	4	2	2
93	3	2	3	4	2	4	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2
94	2	3	3	4	3	3	2	2	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4
95	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3
96	3	3	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3
97	4	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3
98	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
99	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4	3	4	2	2	3	4
100	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3
101	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4	2	3	4	3	4	4	2	2
102	4	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2
103	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4
104	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3
105	2	3	2	2	4	2	3	4	3	3	2	4	3	1	2	2	2	3	2	2	3
106	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3
107	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	4	4	3	4	3	2	3	1	2	2	4

108	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3
109	3	3	1	3	3	2	2	3	2	4	3	4	2	4	2	2	3	1	2	2	4
110	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4
111	3	3	2	3	2	1	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2
112	2	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	2	4
113	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	2	4	2	3	2	3
114	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
115	2	1	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	1	4	4	2	2
116	3	2	1	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2
117	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4
118	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3
119	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3
120	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3
121	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3
122	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	4
123	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3
124	4	3	4	4	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	2	3
125	4	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3
126	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3
127	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3
128	2	3	2	2	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3
129	3	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	4	3	2	3	1	2	2	3
130	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4